

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前							1	牛乳、バナナ	2	牛乳、ビスコ	3	麦茶、ヨーグルト
昼食							食パン スープ(ベーコン・白菜・人参) 鶏肉のトマトソース煮 いんげんソテー コールスローサラダ	麦飯 スープ(チゲン菜・椎茸・もやし) キーマカレー ブロッコリーツナサラダ 黄桃	和風スパゲティー スープ(いんげん・コーン)			
午後							牛乳 ココアヨーグルトスコーン	牛乳 お菓子	牛乳 おやつパン			
午前	5	麦茶、ヨーグルト	6	牛乳、グレープフルーツ	7	牛乳、ウエハース	8	麦茶、ヨーグルト	9	牛乳、バナナ	10	麦茶、ヨーグルト
昼食	ご飯 ワカメスープ(鶏肉・長葱・椎茸) チャブチェ こんにゃくの土佐煮 ほうれん草のナムル		わかめご飯 みそ汁(麩・大根・長葱) 厚揚げの炒め物 煮豆 キャベツのゆかり和え		ご飯 みそ汁(油揚げ・茄子・玉ねぎ) 鮭のちゃんちゃん焼き おくらの唐揚げ パイナップル		ご飯 みそ汁(豆腐・なめこ・長葱) 回鍋肉 ピーマンソテー チンゲン菜とカニカマ和え		ご飯 みそ汁(冬瓜・万能葱) 親子煮 南瓜のいとこ煮 小松菜のごま和え		鶏塩うどん オレンジ	
午後	牛乳 揚げパン(シュガー)		牛乳 きなこ団子		牛乳 ポテトアップルパイ		牛乳 みそポテト		牛乳 お菓子		牛乳 おやつパン	
午前	12	麦茶、ヨーグルト	13	牛乳、オレンジ	14	牛乳、バナナ	15	牛乳、ビスコ	16	麦茶、ヨーグルト	17	麦茶、ヨーグルト
昼食	ご飯 みそ汁(茄子・豆腐・わかめ) カレーの味噌焼き ほうれん草としめじのソテー たらもサラダ		バターロール ミルクスープ(白菜・玉葱・ｺｰﾝ) オニオンチキン さつま芋のバター焼き スパゲティーサラダ		新米会(おにぎり) けんちんみそ汁 ウインナー スティックサラダ		ひじきご飯 みそ汁(小松菜・長葱・もやし) 鶏つくねのあんかけ きゅうりとしらすの酢の物 梨		麦飯 スープ(チゲン菜・椎茸・もやし) キーマカレー ブロッコリーツナサラダ 黄桃		ミートソーススパゲティー スープ	
午後	牛乳 お好み焼き		麦茶 二色おはぎ(きな粉・黒ごま)		牛乳 お菓子		カルピス 誕生日おやつ		牛乳 クラッカーサンド		牛乳 おやつパン	
午前	19		20	牛乳、ウエハース	21	麦茶、ヨーグルト	22	麦茶、ヨーグルト	23		24	麦茶、ヨーグルト
昼食	敬老の日		ご飯 ワカメスープ(鶏肉・長葱・椎茸) チャブチェ こんにゃくの土佐煮 ほうれん草のナムル		わかめご飯 みそ汁(麩・大根・長葱) 厚揚げの炒め物 煮豆 キャベツのゆかり和え		食パン スープ(ベーコン・白菜・人参) 鶏肉のトマトソース煮 いんげんソテー コールスローサラダ		秋分の日		五目うどん りんご	
午後			麦茶 フルーツヨーグルト・お菓子		牛乳 お菓子		牛乳、みそ焼きおにぎり				牛乳 おやつパン	
午前	26	麦茶、ヨーグルト	27	牛乳、オレンジ	28	麦茶、ヨーグルト	29	牛乳、グレープフルーツ	30	麦茶、ヨーグルト		
昼食	ご飯 みそ汁(油揚げ・茄子・玉ねぎ) 鮭のちゃんちゃん焼き おくらの唐揚げ パイナップル		バターロール ミルクスープ(白菜・玉葱・ｺｰﾝ) オニオンチキン さつま芋のバター焼き スパゲティーサラダ		ご飯 みそ汁(豆腐・なめこ・長葱) 回鍋肉 ピーマンソテー チンゲン菜とカニカマ和え		ご飯 みそ汁(茄子・豆腐・わかめ) カレーの味噌焼き ほうれん草としめじのソテー たらもサラダ		ご飯 みそ汁(冬瓜・万能葱) 親子煮 南瓜のいとこ煮 小松菜のごま和え			
午後	牛乳 しみチョコラスク		麦茶 なめ苺おにぎり		牛乳 おやつパン		牛乳 フritto-風トースト(ケチャップ)		牛乳 お菓子			